

# 第11回 臨床研修修了式



平成 29 年 3 月 17 日 (金) 第 11 回臨床研修修了式を執り行い、大城院長より研修医一人一人に修了証の授与とお祝いの言葉をいただきました。

今回修了した、上條公守先生、稲澤今日子先生、仲舛美希先生、研修修了おめでとうございます。今後は各々が専攻された道に進まれますが、各診療科の先生方をはじめ、多数の病院スタッフと共に過ごした 2 年間に自信を持って、理想とされる医師像を目指しご成長されますことを心よりお祈りいたしております。

## 大浜第一から全国へ！情報発信 UPDATE

大浜第一病院では、当院で得た知見を積極的に全国学会や学術誌で報告し、医学・医療の発展、また一般の方々への啓発活動に寄与しています。

2月

### 第 4 回沖縄ヘルニア研究会 (南風原町)

平良 済 (外科・医師) 桃原 侑利 (外科・医師)

### 第 73 回沖縄県外科会 (南風原町)

仕垣 幸太郎 (大腸肛門外科・医師)

平良 済 (外科・医師)

桃原 侑利 (外科・医師)

### 第 13 回日本消化管学会総会学術集会 (名古屋市熱田区)

伊志嶺 真達 (内科・医師)

### 第 32 回環境感染学会総会学術集会 (神戸市中央区)

知念 徹 (内科・医師)

上江田 ゆかり (検査科・臨床検査技師)

### 第 32 回日本静脈経腸栄養学会学術集会 (岡山市北区)

伊志嶺 真達 (内科・医師)

医療法人おもと会

## 大浜第一病院

〒900-0005  
沖縄県那覇市天久 1000 番地

TEL (098) 866-5171

FAX (098) 864-1874

WEB <http://www.omotokai.or.jp/ohama1/>



### 編集後記 Text: 総務課 金城

昨年度は広報誌「スマイル」をご愛読頂き誠にありがとうございました。4月は入学・入社など新しい年度の始まりです。大浜第一病院でも女性腹腔鏡センターの開設など新体制になります。また、スマイルの方も今月掲載の「イーゼートレーニング」等、新コーナーを掲載していく予定です。ぜひ御期待下さい。

# 笑顔

スマイル

4月号 | 毎月1日発行〈第85号〉  
2017年4月1日(土)

発行 大浜第一病院 広報委員会

発行責任者: 知念 弘

〒900-0005

沖縄県那覇市天久 1000 番地

TEL.(098)866-5171

FAX.(098)864-1874

<http://www.omotokai.or.jp/ohama1/> 大浜第一病院HP



## 新年度挨拶



病院長  
おおしろ くにひろ  
大城 康一

陽春の候、皆様におかれましては益々ご健勝の事と御慶び申し上げます。

さて、ご存知のように医療費高騰により病院を取り巻く環境は良くなることは期待できない状況で、さらに地域医療構想による病床数削減の問題、新専門医制度に関連して医師の偏在と地域医療崩壊の懸念、認知症患者数の増加、さらには後期高齢者数の増加 (2025 年問題)、それに伴い介護必要数の増加と介護者確保の問題、膨らむ医療費など医療を提供する側・提供される側とも将来が見通せないことに不安を感じている人は多いのではないのでしょうか。そのような混迷の医療体系のなかで、当院は、那覇地区で急性期・中核病院として地域医療を担うべく 24 時間救急医療～高度な最先端治療等を実践しています。

その中で、さらなる最先端の医療を地域の皆様に提供できる施設をめざし、毎年新規診療の取り組みを行っています。新年度 4 月からは、県内で最も数多く「女性腫瘍に対する腹腔鏡手術」を行っている先生方が当院へ赴任され県内初の「女性腹腔鏡センター」を設立する事となりました。子宮筋腫や卵巣腫瘍、子宮内膜症等でお悩みの皆様方に、低侵襲で手術を受けられる「女性腹腔鏡センター」がお役に立てて頂ければ幸いです。

当院の病床数は 214 床と中規模病院ですが、4 月からは新入職員 50 人を迎え総勢 722 人の職員数となります。地域住民の皆さまの期待に応えるよう、そして地域住民の医療・介護・保健・福祉に貢献できるように、今後とも職員一丸となって奮励努力する所存でございます。今年度も宜しくお願い申し上げます。



## 新任医師紹介

3月より大浜第一病院に勤務となりました池原 龍一郎と申します。専門は消化器内科です。患者様のお役に立てるよう頑張りますので宜しくお願い致します。



消化器内科  
いけはら りゅういちろう  
池原 龍一郎

外 来  
(Aブロック)

月	火	水	木	金
	午後			午前



活用してみませんか？

# 「健康せいかつ図書室」のご案内

病院内に図書室が設置されていること、ご存知でしたか？「健康せいかつ図書室」は、病気やからだについての様々な情報を得るための場所です。病気や健康、介護に関する本の閲覧やDVD視聴、パンフレット配布のほか、インターネット検索、コピー機もご利用いただけます。中でも血圧手帳の無料配布は外来患者様に好評です。セルフケア・カレッジの録画DVDの視聴も行なえます。

図書室には外来受付番号の表示モニターも設置していますので、室内で順番が確認でき、外来待ちの方も安心してご利用いただけます。

また、「おもと会総合案内センター」「なんでも相談コーナー」を併設しており、おもと会各施設や専門学校のご案内、医療・保健・福祉の窓口としてご相談もお受けしております。

場所は、天久の杜1階です。入り口は、ふれあいホール側（ATMコーナー隣）と、外来待合室側（AブロックとBブロックの間）の2か所です。患者さま、ご家族、地域の方、どなたでも自由にご利用ください。



**ご利用時間**

月曜日～金曜日  
9:00～12:30  
13:30～17:30

土曜日  
9:00～12:30

土曜日の午後、  
日曜日・祝日はお休みです。

## セルフケア・カレッジ開催レポート

平成29年2月28日（火）に当院のふれあいホールにてセルフケア・カレッジ（健康講演会）が開催されました。「そうだ！検診へ行こう」と題して外科科長 高江洲 享医師が講演致しました。

皆さまは「健診」と「検診」の言葉の違いを御存じですか？「健診」は健康診断のことを意味し、受診者が健康であるか確かめることを目的としているのに対して、「検診」は特定の病気を早期に発見し、保健指導等で病気や傷害の重症化を予防することを目的としています。乳がん検診や子宮頸がん検診などの「がん検診」は検診の代表例として挙げられます。そのことから、胃がん、乳がん等に代表される癌疾患を早期発見、早期治療するためには検診がとても大事になってきますが、日本のがん検診受診率は先進国の中ではとても低い数値になっており、検診の大事を高江洲先生は講演していました。

講演会終了後は、質問も多くありとても有意義な講演会になったのではないかと考えております。これらの詳しい内容をご覧になりたい方は、講演会の動画を大浜第一病院1階健康せいかつ図書室にて視聴できますのでぜひご利用下さい。セルフケア・カレッジは毎月第4火曜日に開講しており、今月は膝関節外科部長 仲間 靖医師が講演を行います。病院スタッフ一同、あなたの健康管理の力となります。セルフケア・カレッジへのご参加をお待ちしております。



# 健康 イーギートレーニング

維持

## 1 もも上げ（お尻の筋トレ）

筋肉は20代をピークに減少し、50代以上になると急激に筋肉の減少が始まります。筋力低下により、体力がなくなる・膝や腰が痛くなりやすい・様々な病気のリスクが起こります。今回は、自宅でできる簡単な筋力トレーニングを紹介します。



## 2 ガかと上げ（ふくらはぎの筋トレ）



筋力低下は下半身から！筋トレを始めるのに遅いということはありません。焦らずコツコツと継続しましょう。  
※痛みの起こらない、無理のない範囲で続けましょう。  
※通院中の方は、一度主治医と確認してから行いましょう。

